

Centrum Aktywności Seniorów „Siódemka Centrum”

adres: os. Oświecenia 7 lok.1 a

telefon: 722 -102-173

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9:00- 13:30
wtorek	10:00 – 14:00,
środa	9:30 – 11:40
czwartek	11:00- 14:00
piątek	8:00 – 11:00

OBOWIĄZUJE OD 7 sierpnia 2019

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH sierpień– 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	9:30 -10:30	Angielski podst. gr. I	
	10:30 -11:30	Angielski średni	
	11:30 -12:30	Angielski post. Gr.II	
	12:30 -13:30	Hiszpański	
Wtorek	10:00– 10:45	Gimnastyka usp. gr.I	
	10:45 – 11:30	Gimnastyka usp.gr.II	
	10:30 -12:00	malarstwo	
	12:00 -14:00	Spotkania seniorów, czas wg ich potrzeb.	6,13,27 gry stolikowe, spotkania dyskusyjne. 20.08 Jak zmiany klimatu będą wpływać na różne części świata – prelekcja Piotra Więckowskiego UJ.

Środa	10:00 -11:30	taniec w kręgu, taniec liniowy.	7,14 nie ma zajęć
Środa	9:00 -10:30	Nowe Technologie podstawa (smartfony)	Na CAS Młodzi duchem Dywizjonu 303/66 Zespół Szkoł Ogólnokształcących
Czwartek	11:00 – 14:00	Dyżur	Wolontariat
Piątek	8:30- 9:15 9:30 -10:15 10:15 -11:00	Nordik walking Fitness Pilates	
	14:00 – 15:30	Chór, emisja głosu	W sierpniu zajęć nie ma
	10:00-11:00	Nowe technologie Poziom średni	Na CAS Młodzi duchem Dywizjonu 303

ZAJĘCIA DODATKOWE sierpień 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
10 sobota	10:00 -13:00	Wędrówki piesze edukacyjne Prądnik Czerwony, Prądnik Biały	Zbiórka godz. 10:00 Pl. Centralny

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy